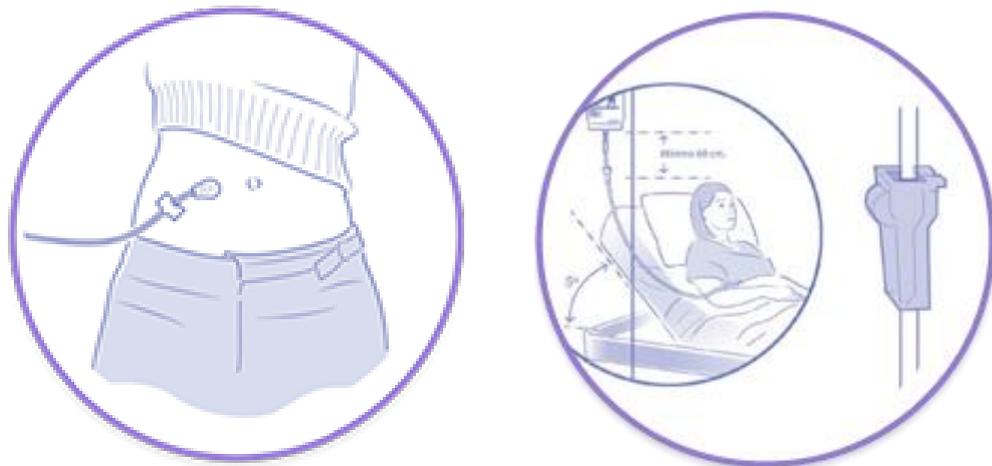


Programa de Aprendizaje de Nutrición Artificial (PANA)

Paciente portador de sonda de ostmía



Alimentación por gravedad

*Por favor, lea atentamente este documento antes de hablar con su
Enfermera de la Unidad de Nutrición

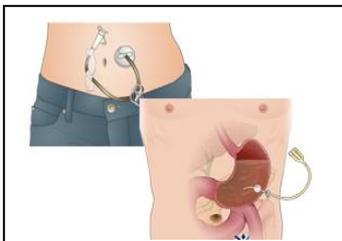
Ésta es su sonda:



PEG Tipo pull o de tracción



PEG tipo pig tail con extensión



Botón gástrico



PEG Con balón



*Por favor, lea atentamente este documento antes de hablar con su Enfermera de la Unidad de Nutrición

PROGRAMA APRENDIZAJE NUTRICIÓN ARTIFICIAL (PANA):

Paciente portador de sonda de ostomía: Alimentación por gravedad

Empezar la nutrición por sonda

“¿Qué va a pasar?” El miedo a lo desconocido de los pacientes y/o cuidadores, puede hacer sentir inseguridad o incluso ansiedad. Al comienzo estos sentimientos son totalmente normales y mejoran con el tiempo, apoyo y un aprendizaje adecuado.

Para afrontar esta nueva situación con más seguridad y tranquilidad, las enfermeras de la Unidad de Nutrición del Hospital Universitario Miguel Servet (Zaragoza) han elaborado un documento con la información necesaria para aprender a administrar y mantener adecuadamente la nutrición por sonda. En caso de dudas, hable con la U. de Nutrición.

¿Qué es la nutrición por sonda?

Es un método de alimentación a través de un tubo fino (sonda), que llega al estómago o intestino. La inserción y el cambio de la sonda, lo realiza el médico. La colocación de la sonda es del siguiente modo:



Sonda de ostomía:

La sonda se aloja en el estómago/intestino a través de la pared abdominal.

¿Cuándo se emplea la nutrición por sonda?

Este método de nutrición se usa cuando el paciente no puede alimentarse de manera adecuada por vía oral durante un periodo largo de tiempo. Ya sea por motivos físicos o psicológicos.

*Por favor, lea atentamente este documento antes de hablar con su Enfermera de la Unidad de Nutrición

¿Qué beneficios se obtienen con la nutrición por sonda?

Una buena hidratación y la mejora del estado nutricional del paciente para evitar una desnutrición o deshidratación que puedan afectar o prolongar su recuperación.

¿Qué seguridad presenta?

Es una forma totalmente segura de alimentar a pacientes que tienen dificultades para alimentarse oralmente. Generalmente el paciente y/o cuidador debe encargarse de la administración de la nutrición y del mantenimiento y cuidado de la sonda.

¿Cómo se puede administrar la nutrición por sonda? Mediante:



Gravedad: La fórmula cae por su propio peso. Se conecta un tubo de plástico (sistema de administración) al envase donde está la nutrición con la sonda que lleva puesta el paciente. Además permite regular el flujo manualmente a través de un regulador con “ruedecilla” que está en el sistema de administración. 4-6 horas colgada se considera el tiempo máximo recomendable.

¿Qué material es necesario para administrar la nutrición por sonda?

- **Botella** con el preparado comercial o contenedor para administrar el producto de nutrición o agua que le haya indicado su médico.
- **Sistemas de administración por gravedad:** Es el tubo de plástico que conecta el envase del producto nutricional con la sonda. Debe utilizar un sistema nuevo cada 24 horas.
- **Jeringas de 50-60 ml:** Para limpiar la sonda
- **Vaso graduado:** Para recoger agua y/o la fórmula nutricional.

*Por favor, lea atentamente este documento antes de hablar con su Enfermera de la Unidad de Nutrición

Además:

- **Esparadrapo hipoalergénico**
- **Gasas**
- **Empapador**

¿Cómo se conserva el producto nutricional para la alimentación por sonda?

- **Guarde el material de infusión y la nutrición** en un lugar limpio, fresco y protegido de la humedad y el polvo.
- **Una vez abierto el envase**, guárdelo en la nevera, tapado y protegido, en una zona limpia y seca.
- **Consumo los envases abiertos** en un plazo máximo de 24 horas
- **Evite colocar la fórmula nutricional y el equipo** al lado de fuentes de calor (radiadores, chimenea, etc) o expuesta directamente al sol.
- En los meses de invierno, **no almacene las formulas nutricionales en lugares donde se puedan congelar-**

¿Qué recomendaciones se deben seguir en la alimentación por sonda?

- **Pauta horaria:** Es importante respetar la pauta horaria de la nutrición que le hayan indicado.
- **Velocidad de administración:** Debe ajustarse al tiempo indicado ya que si se administra demasiado deprisa, puede ocasionar muchas molestias (náuseas, vómitos o reflujo).
- **Posición del paciente:**
 - Mientras se administra la fórmula nutricional, **debe estar** incorporado y en **postura cómoda**.
 - **No debe tumbarse** en la cama hasta que **haya transcurrido al menos media hora** desde que la fórmula nutricional haya terminado de administrarse.

*Por favor, lea atentamente este documento antes de hablar con su Enfermera de la Unidad de Nutrición

¿Cómo se prepara la nutrición para administrar por sonda?

Antes de la administración:



1.- **Lávese** las manos



2.- **Compruebe** que la **fórmula** corresponde con la indicada, la fecha de caducidad, y que su aspecto y color son adecuados



3.- **Agite el envase** para asegurar una mezcla homogénea. Administre la nutrición a **temperatura ambiente**. Debe sacar el envase de la nevera al menos 30 minutos antes de la siguiente toma (para administrarla a temperatura ambiente).

*Por favor, lea atentamente este documento antes de hablar con su Enfermera de la Unidad de Nutrición

¿Cómo se administra la nutrición por sonda?

La fórmula **cae por su propio peso**. Se conecta un tubo de plástico (sistema de administración) al envase donde está la nutrición con la sonda que lleva puesta el paciente. Permite **controlar el flujo manualmente a través de una pinza** (regulador con ruedecilla) que está en el sistema de administración.



1.- **La infusión por gravedad permite una administración más lenta** y, en general, **bien tolerada**. Debe iniciarse de forma gradual, para establecer una mejor tolerancia.



2.- **Antes** de comenzar a administrar la nutrición, **lave la sonda con 20-50 ml de agua** (o la cantidad indicada por su profesional de la salud)

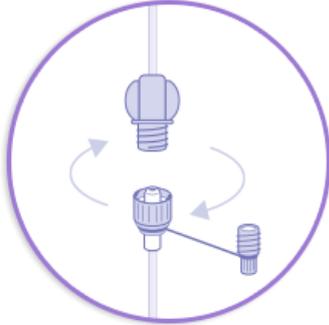


3.- **Cierre la pinza** del equipo de administración.



4.- **Cuelgue el envase** con la nutrición y **conéctelo al sistema de administración**. Si su envase es una botella, quizá le resulte más cómodo conectarla al sistema de administración antes de colgarla. El envase debe colgarse al menos **60 cm. por encima de la cabeza del paciente para que la fórmula fluya mejor**.

*Por favor, lea atentamente este documento antes de hablar con su Enfermera de la Unidad de Nutrición



5.- **Purgue y conecte el sistema** de administración a la sonda.



6.- **Ajuste la velocidad de goteo** abriendo o cerrando la ruedecilla. Gradúe la velocidad (gotas por minuto) siguiendo las indicaciones recibidas de su profesional sanitario.

Verifique regularmente que la **velocidad de infusión** de la fórmula nutricional es correcta y no ha variado.



7.- **Cuando termine la nutrición por gravedad baje la ruedecilla** para interrumpir la nutrición.

Descuelgue la nutrición **y desconéctelo** del sistema de administración.

Desconecte el sistema de administración de la sonda.



8.- Para terminar, **lave la sonda** pasando 20-50 ml de agua con una jeringa (en caso de nutrición continua, cada 6 horas).

*Por favor, lea atentamente este documento antes de hablar con su Enfermera de la Unidad de Nutrición

¿Qué recomendaciones seguir para administrar los medicamentos por sonda?



1.- **Antes y después** de la administración de los medicamentos debe **lavar la sonda con 20-50 ml de agua.**

Se recomienda **utilizar los medicamentos en forma líquida** para evitar que obstruyan la sonda.



2.- **Si** alguna **medicación en forma de pastillas o comprimidos** debe **triturarla finamente** en un **mortero limpio** (de uso exclusivo para este proceso). Previamente, consulte con su médico si se puede triturar.



3.- **Mézclela con agua y adminístrela con jeringa** siempre que se lo autorice el personal sanitario.

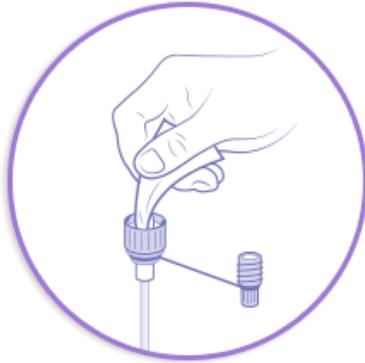
Debe administrar los medicamentos **de uno en uno y pasar 10 ml de agua entre cada uno.**

No administre **nunca varios medicamentos juntos.**

No se debe **mezclar la medicación** con la nutrición.

*Por favor, lea atentamente este documento antes de hablar con su Enfermera de la Unidad de Nutrición

¿Qué cuidados requiere la sonda de ostomía?



1.- Antes de realizar cualquier procedimiento, **lávese las manos.**

Mantenga los tapones y el orificio de entrada de la sonda **limpios y sin restos** de fórmula de nutrición.



2.- **El soporte externo y toda la parte visible de la sonda han de limpiarse a diario:** utilice una gasa, agua caliente y jabón. Aclare y seque la sonda.



3.- **Lave el interior de la sonda** después de cada administración de la fórmula nutricional o de medicamentos, pasando 20-50 ml de agua con una jeringa o con el mismo sistema de infusión (en caso de nutrición continua, cada 6 horas). Puede utilizar agua del grifo. Si la calidad del agua no es buena, se recomienda usar agua hervida y enfriada o agua embotellada (en caso de nutrición continua, cada 6 horas).

La sonda será recambiada periódicamente según las indicaciones del equipo sanitario responsable, o bien cuando sea necesario por deterioro del material.

*Por favor, lea atentamente este documento antes de hablar con su Enfermera de la Unidad de Nutrición

¿Qué cuidados requiere el paciente con ostomía?



1.- **Limpie el estoma diariamente** con una gasa estéril. Seque el estoma y la zona circundante con otra gasa.

2.- **Gire la sonda con cuidado todos los días.** Muévela arriba y abajo para evitar que se adhiera a la piel, si no dispone de ningún punto de sutura que fije la sonda a la piel.

Cambie diariamente la gasa estéril entre el cuerpo del paciente y el disco externo de la sonda.

Cambie el lugar de fijación de la sonda para evitar lesiones en la piel.

Revise la posición de la sonda antes de la administración de la nutrición, tal y como le haya indicado el personal sanitario.

Evite el uso de cremas y polvos en la piel en contacto con la sonda.

Si la piel se irrita o le duele, consulte al personal sanitario.

HIGIENE GENERAL

- **Se puede duchar** una semana después de la gastrostomía si el estoma no está enrojecido.
- **Cepille los dientes** al menos una vez al día y enjuague la boca varias veces al día.
- **Si tiene dentadura postiza**, límpiela con un cepillo y guárdela en agua fresca durante la noche.
- **Aplique crema en los labios** para evitar la sequedad y las molestias que genera.
- **Pida siempre consejo al personal sanitario** o dentista **si presenta alguna dificultad** como boca seca, encías sangrantes o dolor/ampollas en la lengua.

ANTES Y DESPUÉS DE CADA NUTRICIÓN O MEDICACIÓN

- **Compruebe que la sonda está bien colocada** antes de la administración de la nutrición tal y como le haya indicado el profesional sanitario. Debe mirar la posición de las marcas de la propia sonda. Estas marcas deben aparecer en el mismo sitio. Si no es así, avise a su médico o enfermera.
- **Pase 20-50 ml** de agua con una jeringa para evitar obstrucciones.

RESOLUCIÓN DE INCIDENCIAS

INCIDENCIA	CAUSA	PREVENCIÓN/ACTUACIÓN
Obstrucción	Fórmula nutricional o medicamentos secos en el interior de la sonda.	Cumpla estrictamente los cuidados de limpieza pasando 20-50 ml de agua: <ul style="list-style-type: none"> - Antes y después de cada toma de fórmula nutricional o medicamentos. - Cada 4-6 horas si la nutrición es continua. - Cuando esté obstruida, pase agua tibia. Si no fuera efectivo utilizar un refresco de cola con gas a presión y una vez desobstruida, pasar 20-50 ml de agua. - Nunca utilizar objetos o el fijador de la sonda para desobstruirla. - Si continúa obstruida, contactar con el personal sanitario para el cambio.
Naúseas, vómitos o reflujo	Varias: <ol style="list-style-type: none"> 1. Posición incorrecta del paciente 2. Administración demasiado rápida 3. Excesivo contenido gástrico 4. Dieta o medicación inadecuadas 	Pare la fórmula nutricional durante 1 ó 2 h. Reiníciela al cabo de 1 ó 2 horas: <ul style="list-style-type: none"> - Asegurando la posición incorporada del paciente. - Controlando la velocidad de administración (máximo 20 ml. por minuto). - Si aparecen o persisten, no administre la nutrición y avise al personal sanitario.

*Por favor, lea atentamente este documento antes de hablar con su Enfermera de la Unidad de Nutrición

Diarrea	1. El alimento se ha administrado muy rápido 2. Fórmula demasiado fría 3. Dieta contaminada 4. Dieta con fibra	Administre la fórmula nutricional a temperatura y velocidad adecuada. Manipúlela de forma higiénica. Si aparece, disminuya la velocidad de la nutrición o pare la fórmula nutricional durante 1 ó 2 h.: <ul style="list-style-type: none"> - Póngase en contacto con personal sanitario. - Indíqueles si ha recibido tratamiento con antibióticos.
Estreñimiento	1. Dieta sin fibras 2. Inmovilidad	<ul style="list-style-type: none"> - Comuníquesele a su médico. - Si es posible, andar puede ayudar a aliviar el estreñimiento.
Extracción accidental de la sonda	La sonda se ha movido o el paciente se la ha arrancado	Comuníquesele al personal sanitario, que colocará y fijará correctamente la sonda de repuesto.
Boca seca y mal sabor		Realice limpieza y gargarismos.
Irritación del estoma	Presión excesiva de la sonda Falta de higiene	Fije adecuadamente la sonda para evitar movimientos excesivos. Limpie con agua jabonosa alrededor del estoma. Mantenga seco el estoma. Realice las curas pautadas por el profesional sanitario.
Salida del contenido gástrico alrededor del estoma	Ensanchamiento o alargamiento del estoma. Desajuste entre pared gástrica y abdominal.	Asegure el ajuste entre la pared gástrica y abdominal. · El tope externo no debe apretar ni quedar excesivamente suelto. Avisar a su personal sanitario.

*Por favor, lea atentamente este documento antes de hablar con su Enfermera de la Unidad de Nutrición

DUDAS MÁS FRECUENTES

Volver a casa con nutrición por sonda puede generar emociones contradictorias. Por un lado, quizá sienta cierto alivio porque usted o su ser querido abandona el hospital pero, por otro, es probable que le preocupe el manejo diario de la sonda en su hogar.

La decisión de empezar la nutrición por sonda a veces debe tomarse muy deprisa, por lo que es comprensible que se sienta un tanto abrumado/a y preocupado/a por las consecuencias que tendrá en su vida.

Quizá le parezca un reto demasiado grande y seguramente se pregunte si será capaz de hacerlo y qué consecuencias tendrá en su vida. Por ello, a continuación, encontrará respuestas a algunas de las preguntas más frecuentes en torno a la nutrición por sonda, así como consejos y trucos recogidos a partir de las experiencias de otros pacientes y cuidadores como usted:

1.- ¿Me proporciona la nutrición por sonda el mismo beneficio que la nutrición oral?

Sí. La fórmula de nutrición por sonda está preparada para utilizarse como única fuente de nutrición porque aporta todos los nutrientes necesarios y en la cantidad adecuada para aquella persona que no puede o no debe realizar ingestas por vía oral.

2.- ¿Puedo ducharme y lavarme la cara con una sonda de nutrición?

Sí. La higiene debe realizarse de forma habitual pero sin despegar el esparadrapo de sujeta la sonda para evitar salidas accidentales.

3.- ¿Puedo seguir realizando mis actividades cotidianas con normalidad?

Sí, siempre que su estado de salud general se lo permita. Tenga especial cuidado con aquellas actividades que requieran un esfuerzo físico especial, ya que la sonda podría moverse o salirse de forma accidental.

4.- ¿Tengo que adaptar la cantidad de nutrición a mi actividad física?

No. Es fundamental que administre el volumen de fórmula nutricional por sonda que le hayan indicado para que el organismo reciba todos los nutrientes que necesita. Si comienza con cambios en su actividad física, consúltelo con su equipo de Nutrición puesto que, podría ser necesario adaptar su pauta nutricional.

*Por favor, lea atentamente este documento antes de hablar con su
Enfermera de la Unidad de Nutrición

5.- ¿Se verá afectada mi vida familiar?

No. Es importante participar en la medida de lo posible en los momentos de convivencia familiar porque le ayudará mejorar su estado de ánimo. Su vida familiar no tiene por qué cambiar; tan solo debe intentar adaptar los horarios de su nutrición a su rutina habitual.

6.- ¿Puedo hacer ejercicio físico suave?

Sí. Realizar actividad física o un ejercicio suave es sano si su estado se lo permite. Sin embargo, debe proteger la sonda y la piel que la rodea tanto como sea posible, y evitar movimientos bruscos que podrían moverla o sacarla de forma accidental.

7.- ¿Puedo calentar la mezcla de la sonda?

No. La mezcla siempre debe administrarse por la sonda a temperatura ambiente (20-23°C). Si se administra fría puede provocar problemas de intolerancia o diarrea. Si se calienta, existe el riesgo de deteriorar la fórmula y reducir su valor nutricional.

8.- ¿Tendré sensación de plenitud/satisfacción con la nutrición por sonda?

A veces. La nutrición por sonda puede dar la sensación de plenitud, igual que la comida ingerida por vía oral. Sin embargo, cuando la fórmula nutricional por sonda se administra cada día con la velocidad y en la cantidad adecuada, se reduce la sensación de plenitud.

9.- ¿Puedo salir de mi casa con normalidad?

Sí. Una vez finalizada la nutrición por sonda podrá salir de su casa con total normalidad.

10.- ¿Puedo irme de vacaciones?

Sí. Viajar puede parecer un reto, pero es posible. De hecho, puede utilizar cualquier medio de transporte. Hable con su médico de la Unidad de Nutrición para saber si puede encontrar fórmulas nutricionales para administración por sonda en el lugar de destino. Asegúrese de llevar consigo la fórmula de nutrición, las provisiones necesarias y un informe médico que indique sus necesidades especiales.

*Por favor, lea atentamente este documento antes de hablar con su Enfermera de la Unidad de Nutrición

LISTA MATERIAL NECESARIO PARA NUTRICIÓN ENTERAL DOMICILIARIA

MATERIAL	SUSTITUCIÓN DE MATERIAL CADA:	LUGAR DE SUMINISTRO
Equipo infusión por gravedad	24-48h	Centro de Salud
Jeringa EnFit 60 ml ó Jeringa Cono Enlock 60 ml	3 - 5 días	

Otros posibles materiales con Sonda :

MATERIAL	SUSTITUCIÓN DE MATERIAL CADA:	LUGAR DE SUMINISTRO
Tapón rojo Luer-Lock de doble conexión	7 días	Centro de Salud
Tapón verde Enlock	7 días	
Extensión de sonda Enlock	15-20 días	
Alargadera para Botón gástrico	15-20 días	
Apósito autoadhesivo pequeño/mediano	Cada 24h	
Conector de Enlock a Enfit	7 días	
Adaptador alimentación Enfit PEG	Si precisa	

- La **U. de hospitalización** del HUMS entrega al paciente **material para 7 días tras el alta hospitalaria**.
- El **suministro posterior** se realizará en su **Centro de Salud**.
- La **necesidad semanal podría aumentar** por imprevistos de realización en el domicilio.

*Por favor, lea atentamente este documento antes de hablar con su Enfermera de la Unidad de Nutrición